

УДК 371.72 (438)

ОСОБЛИВОСТІ ПІДВИЩЕННЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШІКІЛ США

Едуард Вільчковський¹

¹Університет Яна Кохановського в Кельцях, Філія в Пйотркуві Трибунальському, Польща. Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, Україна, e.wilczkowski@unipt.pl

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2019-02-09-15>

Анотації

Актуальність. Масові дослідження стану здоров'я учнів американських шкіл, які проводились у 80-х роках ХХ ст., показали, що в них значно знизилися показники тренуваності серцево-судинної системи. Значна частина учнів старших класів мала зайву масу тіла й ожиріння. Тому зроблено висновки, що основними чинниками, які негативно впливають на стан здоров'я, фізичний розвиток і рухову підготовленість дітей та учнівської молоді, є режим гіподинамії (малої рухової активності в значній частини школярів); другий чинник пов'язаний із незначною кількістю уроків фізичного виховання в деяких школах (один–два рази на тиждень) та невдалою організацією спортивно-масової роботи зі школярами в позаурочний час. **Мета дослідження** – проаналізувати та узагальнити досвід загальноосвітніх шкіл США щодо організації й змісту рухової активності учнів у позаурочний час. **Методи дослідження** – аналіз літератури з теорії та методики фізичного виховання, педагогіки й документів, які стосуються реформування шкільної освіти в США, матеріалів науково-практичних конференцій із проблеми фізичного виховання школярів. **Результати дослідження.** У зв'язку із ситуацією, яка склалася з реалізацією оздоровчих завдань у навчальних закладах США, Президентська рада з фізичної підготовки та спорту розробила рекомендації для керівництва освіти в штатах, директорів шкіл і вчителів фізичної культури. Особливістю фізичного виховання в американських школах є те, що в кожному штаті для шкіл розробляються свої навчальні плани. Тому кількість уроків фізичного виховання в різних типах шкіл та класах може мати свої відмінності. Для проведення позакласної спортивно-масової роботи в школі вчитель складає факультативну програму. Зміст її становлять ті види спорту, які обрані учнями для позакласних спортивних занять. Учителю може також скласти комбіновану програму з фізичної культури, яка поєднує основну та факультативну програми. Учителям фізичної культури рекомендується включати до програми такі види фізичних вправ і спорту, як спортивні ігри, гімнастика та акробатика, танці, водні види спорту, легка атлетика, єдиноборства й обов'язково рекреаційні види спорту, якими людина може займатися протягом усього життя. При цьому враховується спортивна база школи, регіональні, кліматично-географічні умови та інтерес учнів до цих спортивних дисциплін. **Висновки.** Фізичне виховання є обов'язковою складовою частиною системи шкільної освіти США. Воно реалізується у формі уроків, індивідуальних занять фізкультурою та спортом у позаурочний час (спортивні секції, рекреаційні заняття, змагання та ін.). Програма з фізичної культури в американських школах спрямована на підвищення всебічної фізичної підготовленості учнів, формування в них стійкої мотивації до рухової активності та створення здорового стилю життя, виховання позитивних моральних і вольових якостей.

Ключові слова: США, рухова активність, учні, фізична культура, школа.

Эдуард Вильчковский. Особенности повышения двигательной активности учащихся общеобразовательных школ США. Актуальность. Многочисленные исследования состояния здоровья учащихся американских школ, которые проводились в 80-е годы ХХ в., показывают, что у них существенно снизились показатели тренированности сердечно-сосудистой системы. Значительная часть учеников, старших 11 лет, имели лишний вес и ожирение. Поэтому сделаны выводы, что основными факторами, которые негативно влияли на состояние здоровья, физическое развитие и двигательную подготовленность детей и молодежи, является режим гиподинамии (малоподвижности в значительной части школьников); другой фактор связан с незначительным количеством уроков физического воспитания в некоторых школах (один-два в неделю) и неудачной организацией спортивно-массовой работы с учениками во внеурочный период. **Цель исследования** – проанализировать и обобщить опыт общеобразовательных школ США относительно организации и содержания двигательной активности учеников во внеурочное время. **Методы исследования** – анализ литературы по теории и методике физического воспитания, педагогики и документов, касающихся реформирования школьного образования в США, материалов научно-практических конференций по проблеме физического воспитания школьников. **Результаты исследования.** В связи с ситуацией, которая сложилась с реализацией оздоровительных задач в учебных заведениях США, Президентский совет с физической подготовки и спорта разработал рекомендации для руководства образованием в штатах, директоров и учителей физической культуры. Особенности физического воспитания в американских школах состоят в том, чтобы в каждом штате для школ разрабатывать свои учебные планы. Поэтому количество уроков физического воспитания в американских школах и классах может иметь свои отличия. Для

проведення внекласної спортивно-масової роботи в школі учитель складає факультативну програму. В її вміст включені ті види спорту, які обрані учнями для внекласних спортивних занять. Учитель може скласти також комбіновану програму з фізичної культури, яка об'єднує основну та факультативну програми. Учителям фізичної культури рекомендується включати в програми такі види фізичних вправ та дисциплін спорту, як спортивні ігри, гімнастика та акробатика, танці, водні види спорту, якими людина може займатися всю життя. При цьому враховується спортивна база школи, регіональні, кліматичні та географічні умови, інтереси учнів до цих спортивних дисциплін. **Висновки.** Фізичне виховання є обов'язковою складовою частиною системи шкільної освіти США. Воно реалізується у формі уроків, індивідуальних занять фізкультурою та спортом (спортивні секції, рекреаційні заняття, змагання тощо). Програма з фізичної культури в американських школах спрямована на підвищення всебічної фізичної підготовленості та створення здорового образу життя, виховання позитивних моральних та волевих якостей.

Ключові слова: США, рухова активність, учні, фізична культура, школа.

Edward Vilchkovsky. Features of Increasing the Motor Activity of Students in USA. Topicality. Numerical studies of the health status of students in American schools, which were conducted in the 80s of the 20th century, show that the cardiovascular fitness parameters have significantly decreased. A significant proportion of students older than 11 years were overweight and obese. That is why it was concluded that the main factors that adversely affect the health, physical development and physical fitness of children and student youth are the mode of physical inactivity (low mobility in a significant part of schoolchildren), another factor associated with a small number of physical education lessons in some schools (one or two a week) and unsuccessful organization of sports-mass robots with students during off-hour work. **Objective** – to analyze and summarize the experience of general education schools in the United States regarding the organization and content of pupils' movement activity after school hours. **Research Methods** – analysis of the literature on the theory and methods of physical education, pedagogy and documents relating to the reform of school education in USA, materials of scientific and practical conferences on the problem of physical education of schoolchildren. **The Results of the Study.** In connection with the situation that has arisen with the implementation of health-improving tasks in educational institutions of the USA, the Presidential Council has developed recommendations for the administration of education in states, school principals and physical education teachers. Features of physical education in American schools is that in each state for schools to develop their own curriculum. Therefore, the number of lessons of physical education in American schools and classes may have their cancellations. To conduct extracurricular sports-mass robots at school, the teacher prepares a physical education program. Its contents are those sports that are chosen by pupils for extracurricular sports activities. The teacher can also create a combined program with physical education, which will combine basic and elective programs. Teachers of physical education are encouraged to include in the program such types of physical exercises and sports disciplines: sports, gymnastics and acrobatics, dancing, water sports, which a person can do all his life. This takes into account the school's sports base, regional. Climatic and geographical conditions and the interests of students to these sports disciplines. **Conclusion.** Physical education is a mandatory part of the US school system. It is implemented in the form of lessons, individual physical education and sports (sports sections, recreational activities, competitions, etc.). The program of physical education in American schools is aimed at improving the comprehensive physical readiness and creating a healthy lifestyle, nurturing positive moral and volitional qualities.

Key words: USA, physical activity, students, physical education, school.

Вступ. У другій половині ХХ ст. в усіх економічно розвинених країнах, у тому числі й у Сполучених Штатах Америки, незважаючи на покращення матеріального стану життя громадян, ріст промисловості, розбудову інфраструктури, розвиток культури, науки та всіх ланок освіти, відзначається чітка тенденція до зростання так званих «хвороб цивілізації», особливо в молодого покоління (короткозорість, вади постави, ожиріння, неврози й ін.). Це пов'язано з низкою різних причин, як-от: погіршення екологічного стану (забруднення повітря, води), інтенсифікація навчального процесу (уведення в школах нових предметів, переобтяження школярів домашніми завданнями), що вимагає від них зростання розумової праці та довготривалого сидіння; значне поширення телебачення, комп'ютерної техніки, Інтернету; недостатня кількість уроків фізичного виховання в школах; обмеження рухової активності внаслідок застосування побутової техніки, міського транспорту та ін.

Численні дослідження вчених різних країн світу (J. Bielski, M. Demel, О. Дубогай, Б. Шиян, А. Цьось й ін.) підтверджують, що оптимальна рухова активність дітей і молоді є основним чинником збереження й зміцнення здоров'я, профілактики захворювань, підвищення фізичної та розумової працездатності, подовження активного довголіття. Особливо важливе значення рухова активність має для всебічного психофізичного розвитку молодого покоління, формування моторики й виховання морально-вольових якостей засобами фізичної культури й спорту.

Мета дослідження – проаналізувати та узагальнити досвід загальноосвітніх шкіл США щодо організації та змісту рухової активності учнів у позаурочний час.

У 1985 р. Президентська рада з фізичної підготовки та спорту США, яку тривалий час очолював відомий культурист і кіноактор Арнольд Шварценеггер, зробила вибіркове тестування стану фізичної підготовленості 19 тис. американських школярів від 1 до 12-го класу. Повністю виконали всі тести лише 0,1 % учнів, 40 % хлопчиків 6–12 років не могли підтягнутися на перекладині більше ніж один раз, а 25 % – жодного разу. Близько 50 % дівчат до 17 років і 30 % хлопчиків до 12 років не могли пробігти одну милю (1609 м) швидше ніж за 10 хв.

Узагальнений аналіз уроків фізичного виховання засвідчив, що 32,8 % цього часу заняття вчителів витрачають на організаційні питання, 27,5 % – на проведення рухливих і спортивних ігор, 13,5 % – на засвоєння техніки запропонованих учням вправ і лише 6,1 % – на фізичні вправи аеробного характеру [4].

Масові дослідження стану здоров'я учнів американських шкіл, які проводились у 80-х роках ХХ ст., підтвердили, що в них значно знизилися показники тренуваності серцево-судинної системи. Значна частина учнів, старших 11 років, мали зайву вагу тіла й ожиріння. Тому зроблено висновки, що головними чинниками, які негативно впливають на стан здоров'я, фізичний розвиток, рухову підготовленість дітей та учнівської молоді, є такі:

- режим гіподинамії (малої рухової активності в значній частини школярів). Учні не бажають займатися фізкультурою й спортом, тому що ці заняття пов'язані із суттєвими фізичними навантаженнями, вимагають чіткої самодисципліни, іноді – дотримання відповідного режиму харчування, витрати певного часу на тренування тощо. Тому свої інтереси до занять спортом вони реалізують за допомогою перегляду телевізійних передач і присутності на спортивних змаганнях як уболівальники;

- незначна кількість уроків фізичного виховання в деяких школах (один–два на тиждень) та невдала організація спортивно-масової роботи зі школярами в позаурочний час.

Американська академія педіатрії у зв'язку з цією ситуацією наводить такі приклади: лише 36 % учнів 5–12 класів виконують щоденно фізичні вправи (ранкова гімнастика, рухливі та спортивні ігри з однолітками, піші й велосипедні прогулянки та ін.). Більшість дітей обмежуються лише уроками фізичного виховання, які проводяться за розкладом навчальних занять у школі [2].

У зв'язку із ситуацією, яка склалася з реалізацією оздоровчих завдань у навчальних закладах США, Президентська рада із фізичної підготовки та спорту розробила рекомендації для керівництва освіти в штатах, директорів шкіл та вчителів фізичної культури. У всіх штатах країни потрібно прийняти федеральні закони про обов'язкові заняття з фізичного виховання для учнів усіх типів шкіл. У молодших класах проводити щоденні заняття із фізичного виховання при п'ятиденному шкільному тижні й не дозволяти замінювати їх іншими предметами.

У 1986 р. президент США Рональд Рейган звернувся до дітей та молоді країни з проханням проводити більш активний стиль життя, систематично займатися фізкультурою та спортом, а також намагатися досягнути високого рівня фізичної підготовленості. Для учнів 6–17 років розроблено тест «Виклик Президента», який має високу популярність у школярів до нашого часу. Головна мета цього тесту – підготувати учнів до виконання п'яти вправ й отримати президентську нагороду за особисту фізичну підготовленість. До змісту цього тесту входять такі вправи: біг на 1 милю (1609 м) відповідно до віку учня (у хвилинух і секундах); «човниковий біг» 4×30 футів (9,14 м), у секундах; підтягування у висі на обох руках на перекладині, кількість разів (хлопці) і вис на зігнутих руках на перекладині, у секундах (дівчата); згинання й розгинання тулуба з положення сидячи на підлозі (кількість разів за 1 хвилину); нахили тулуба вперед із положення сидячи, ноги прямі (у см). Усі тести виконуються за один день. Президентську нагороду – посвідчення, підписане президентом США та емблема з номером вікової категорії (усього таких емблем 12), – отримують ті учні, які показали результати на рівні або вище від 85 % з усіх п'яти тестів [6].

У 1995 р. Національна асоціація спорту і фізичного виховання країни (NASDPE) розробила державний документ «Рух до майбутнього: національні стандарти фізичного виховання», у якому визначено критерії фізичної освіти дітей та учнівської молоді. Цей документ уміщує:

1. Змістові стандарти для учнів різних класів (акцент зроблено на випускні класи початкової, середньої й повної середньої шкіл), подано характерні особливості навчальної діяльності учнів (згідно зі стандартами);

2. Технологію оцінювання досягнень учнів, а також критерії, за допомогою яких учитель може визначати відповідність навчальної діяльності учня до національних стандартів.

Особливістю фізичного виховання в американських школах є те, що в кожному штаті для шкіл розробляються свої навчальні плани. Тому кількість уроків фізичного виховання в різних типах шкіл та класах може мати свої відмінності.

У початковій школі на уроки фізичного виховання відводиться близько 17 % загального часу, передбаченого на всі навчальні дисципліни. Отже, на фізичне виховання може бути визначено 4–5 уроків у навчальному тижні.

У середній школі близько 40 % навчального часу відводиться на вивчення обов'язкових предметів (згідно з Державним стандартом). Решта годин планується на вивчення предметів за вибором учнів. На фізичне виховання може бути визначено 3–4 уроки щотижня.

У повній середній школі (старші класи) учні мають право досить вільного вибору тих чи інших предметів. Проте вони повинні виконати державні вимоги освіти (мати позитивні оцінки з обов'язкових предметів) для отримання диплома про закінчення цієї школи. На фізичне виховання в цей період навчання відводиться лише 1–2 уроки. У цих класах учні обирають для навчальних занять спортивні дисципліни, які їм подобаються (з урахуванням того, що в школі є відповідні умови для їх проведення): бейсбол, плавання, теніс, легку атлетику та інші або інтегрований курс – «Індивідуальне фізичне виховання», який також передбачає заняття різними видами спорту.

Значна частина учнів цих класів (понад 50 %) відвідують у позаурочний час тренувальні заняття, які, за згодою керівництва школи, проводять тренери з різних видів спорту. У цих класах також приділяється більше уваги здібним у спорті учням. В американській системі освіти вважається, що інтелектуальний, фізичний і духовний (моральний) розвиток дітей та молоді відбувається одночасно. Тому, якщо людина має міцне здоров'я й усебічну фізичну підготовленість, вона може бути успішною в особистому житті та праці [1].

Учителям американських шкіл рекомендуються розробляти різні варіанти програм із фізичної культури. Основна програма складається з певних циклів. Навчальний рік тривалістю 40 тижнів поділяється на чотири чверті (по 10 тижнів), на кожну чверть визначається окремий блок фізичних вправ (курс). Отже, кожний учень за період навчання в повній школі повинен опанувати 16 різних курсів, із них 3–4 вони обирають самі. Учні також можна брати участь у заняттях із фізичного виховання за індивідуальним розкладом. За погодженням із директором школи, учням старших класів дозволено, замість уроків із фізичного виховання, відвідувати спортивні секції. Таку можливість мають також учні, які успішно виступають на міжшкільних спортивних змаганнях за свій навчальний заклад.

Для проведення позакласної спортивно-масової роботи в школі вчитель складає факультативну програму. Зміст її становлять ті види спорту, які обрані учнями для позакласних спортивних занять. Учитель може також скласти комбіновану програму із фізичної культури, яка поєднує основну та факультативну програми.

У 2013 р. NASPE розробила комплексні програми з фізичної культури, головна мета яких – підвищення рухової активності учнів загальноосвітніх закладів. Згідно з вимогами цієї програми, школи повинні створювати належні умови для підвищення рухової активності учнів, яка б загалом становила не менше ніж 60 хв протягом навчального дня. Програма передбачає п'ять основних компонентів:

- проведення уроків фізичного виховання на високому методичному рівні;
- сприяння оптимальній руховій активності учнів упродовж навчального дня в школі;
- рухова активність учнів після уроків у школі (спортивні секції, рекреаційні заняття, спортивні змагання);
- залучення педагогічного колективу до створення режиму високої рухової активності учнів;
- залучення батьків та суспільних інституцій до організації позакласної та позашкільної спортивно-масової роботи з учнями.

Національна асоціація фізичного виховання, рекреації і танців (AHPERD) рекомендує включати до програм із фізичної культури для учнів початкових класів такі засоби: школу основних рухів (ходьба, біг, метання, лазіння, стрибки, повзання); гімнастику з елементами акробатики; рухливі та спортивні ігри; плавання, ритміку та танці, основи особистої гігієни (фізичне й психічне здоров'я, профілактика захворювань; про небезпеку для здоров'я тютюнопаління, алкоголю, наркотиків; активний відпочинок та вміння релаксації; заняття фізкультурою й зміцнення здоров'я, про переваги здорового стилю життя).

У середніх класах програма зорієнтована переважно на спортивні засоби: водні види спорту (плавання та пірнання, гребля на каное, парусний спорт, безпека на воді); легка атлетика й ігрові види спорту (баскетбол, волейбол, хокей на траві, софтбол, бейсбол); єдиноборства (боротьба, дзюдо, джиу-джитсу, карате); гімнастика з елементами акробатики, танці; види спорту, якими можна займатися все життя (туризм, ковзанярський, лижний і велосипедний спорт, теніс, бадмінтон, гольф, боулінг, скейтбординг, стрільба з лука).

Під час розробки програми з фізичної культури в старших класах учителю рекомендується звертати увагу на такі аспекти, як поширення й набуття учнями теоретичних знань та практичних навичок із фізичної

культури й спорту; формування стійкої мотивації до здорового стилю життя; формування адекватної об'єктивної самооцінки щодо власної рухової активності; установлення здорових відносин між представниками протилежної статі; формування організаторських здібностей, дисциплінованості та вмінь співіснувати в різних групах (навчальних і спортивних).

Ураховуючи наведені вище положення, учителям фізичної культури рекомендується включати до програми такі види фізичних вправ та спорту, як спортивні ігри, гімнастика та акробатика, танці, водні види спорту, легка атлетика, єдиноборства, й обов'язково – рекреаційні види спорту, якими людина може займатися протягом усього життя. При цьому враховується спортивна база школи, регіональні, кліматично-географічні умови та інтерес учнів до цих спортивних дисциплін [6].

У 2009 р. комісія в складі вчених і кваліфікованих фахівців із фізичної культури й спорту проаналізувала ефективність системи фізичного виховання учнів понад 1200 шкіл різних американських штатів. Це дослідження включало також анкетування вчителів фізичної культури, які працювали в різних класах шкіл. Узагальнення цих даних засвідчило, що в початкових класах учителі на уроках надають перевагу формуванню та вдосконаленню основних життєво необхідних рухів. У цих класах переважають такі рухові дії, як рухливі ігри, баскетбол, європейський футбол, фітнес. У середніх класах перевага віддається баскетболу, волейболу, європейському футболу, бейсболу та фітнесу. У старших класах учителі надають перевагу таким засобам, як баскетбол, волейбол, американський та європейський футбол, фітнес, аеробіка.

На підставі узагальнення анкетних відповідей учителів на питання: «Які основні види рухової активності для учнів пропонує програма з фізичної культури в школі, де Ви працюєте?», – на перше місце вийшов баскетбол, на друге – фітнес, на третє – волейбол [5].

Оскільки предмет «Фізичне виховання» належить до обов'язкових, його повинні відвідувати всі учні. Однак в американських школах є причини, які дають змогу звільнити учня з цих уроків. До них належать тимчасові або хронічні хвороби (учителю надається медична довідка з переліком заборонених йому видів рухової діяльності); релігійні погляди, якщо уроки суперечать менталітету родини (наприклад плавання для дівчинки з мусульманської сім'ї, коли в басейні присутні також хлопці. У такому випадку вчителю достатньо записки від батьків); особливості розміщення спортивних об'єктів від місця проживання учнів. Вони звільняються від уроків із конкретного виду рухів за ініціативою батьків або керівництва школи. У такому випадку учень залучається до інших форм фізичного виховання впродовж навчального дня або в позаурочний час (заняття в спортивних секціях).

У системі фізичного виховання школярів застосовуються такі види факультативних занять із фізичної культури й спорту: позакласні заняття фізкультурою та спортом, які проводяться безпосередньо в школі; позашкільні заняття, коли учні з різних шкіл беруть участь у туристичних походах, кросах, спортивних змаганнях, днях ігор і спорту (під час вихідних) та ін. Цю спортивно-масову роботу очолюють спортивні клуби, які створені майже в кожній американській школі, за допомогою батьківського комітету та спонсорів.

Спортивні клуби, разом з учителями шкіл та тренерами організують роботу спортивних секцій, рекреаційних занять, а також систематично проводять внутрішньошкільні змагання з різних видів спорту для всіх бажаючих учнів та між командами інших шкіл. Ці змагання збирають майже всіх учнів (як уболівальників), разом із їхніми батьками та вчителями. Кожна школа пишається своїми досягненнями в спорті. І чим вони кращі, тим вищий її загальний рейтинг серед інших навчальних закладів міста або штату.

Спортивні змагання в американських школах розглядаються як життєво важливий і мотиваційний засіб виховання, що створює позитивну атмосферу, у якій учні для досягнення спільної мети об'єднуються в команди або групи. Вважається, що позитивну соціальну поведінку в дітей та молоді дуже важко сформувати поза колективом, такої концепції дотримується більшість американських учителів фізичної культури.

Заняття спортом стали важливою складовою частиною шкільного життя учнів. У жодній країні світу не проводиться такої кількості спортивних змагань школярів, як у США. Наприклад, змагань із легкої атлетики відбувається понад 250 тис. у різних регіонах країни: із плавання – близько 80 тис.; матчів із баскетболу – 500 тис. на рік. Одним із суттєвих стимулів для учнів, який мотивує їх до систематичних занять спортом, є те, що молодь, яка має високі результати в спорті в майбутньому, навчаючись у коледжі або університеті, може отримувати спортивну стипендію. Оплата за навчання у вищих навчальних закладах США досить висока й залежить від рейтингу студентів. Національна асоціація студентського спорту (NCAA) щороку виділяє на спортивні стипендії для близько 150 тис. студентів близько 1 млрд дол. [4].

У всіх штатах країни створено спортивні асоціації середніх шкіл, які організовують і контролюють проведення шкільних спортивних змагань, є також Національна рада асоціації тренерів середніх шкіл США, створена ще в 1965 р. Потрібно зазначити, що соціальна значимість спорту в повсякденному житті американців формується з дошкільного віку, що створило американську систему шкільної фізкультурної освіти – однієї з найкращих у світі.

Спортивна інфраструктура багатьох американських шкіл заслуговує на позитивну оцінку. Наприклад, за статистикою останніх років, у повних середніх школах для проведення уроків фізичного виховання поряд зі спортивними ігровими залами використовуються також такі шкільні об'єкти, як тренажерні зали (97 %), зимові басейни (19 %), зали боротьби (40 %), танцювальні студії (21 %) стадіони (90 %), майданчики для футболу (88 %), тенісні корти (61 %), відкриті басейни (13 %), майданчики для бейсболу (89 %), баскетболу (52 %). Учителі також мають право проводити уроки та позакласні заняття із фізкультури та спорту на муніципальній спортивній базі (стадіон, басейн), якщо вона розміщена недалеко від школи. Отже створення належних умов для навчальної та позакласної роботи з фізичного виховання дає змогу вчителям (за наявності бажання й належної фахової підготовки) повністю реалізувати навчально-виховні завдання з цього предмета та забезпечити масовість занять спортом зі всіма учнями своїх шкіл.

Висновки. Фізичне виховання є обов'язковою складовою частиною системи шкільної освіти США. Воно реалізується у формі уроків, індивідуальних занять фізкультурою та спортом у позаурочний час (спортивні секції, рекреаційні заняття, змагання та ін.). Організація й зміст процесу фізичного виховання в школах залежить від законодавства штатів, учителів фізичної культури, керівництва шкіл, спортивної інфраструктури, а також інтересів учнів.

Програма з фізичної культури в американських школах спрямована на підвищення всебічної фізичної підготовленості учнів, формування в них стійкої мотивації до рухової активності та створення здорового стилю життя, виховання позитивних моральних і вольових якостей. Усі шкільні програми повинні складатися з урахуванням національного стандарту шкільної освіти. Програму для кожного класу складає вчитель фізичної культури. Традиційно до неї включають значну кількість спортивних дисциплін (переважно спортивних ігор), танці, гігієну та теоретичну тематику з фізичної культури; її зміст також залежить від спортивної бази школи та теоретико-методичної підготовки вчителя з цього предмета.

Американська шкільна освіта передбачає в організації масової фізичної культури й спорту взаємодію школи з іншими суб'єктами фізичного виховання дітей та молоді (батьки, спортивні клуби, суспільні організації, спонсори). Така співпраця дає можливість покращити забезпеченість шкіл спортивною інфраструктурою, фізкультурним обладнанням та інвентарем, а також збільшити масовість відвідування школярами спортивних секцій, рекреаційних занять, брати участь у змаганнях із різних видів спорту.

Заняття спортом є багаторічною традицією всього суспільства США, приналежність до якої формується в дітей, починаючи з дошкільного віку в сім'ї, дитячому садку та школі. Тож значна частина людей намагається дотримуватися її протягом усього життя. В Америці стало престижним, особливо серед молоді, бути здоровою й спортивною людиною, регулярно займатися спортом. Заняття спортом та участь у змаганнях розглядається в школах США як важливий засіб усебічного виховання дітей і молоді. За його розвиток серед учнів та поширення спортивно-масової роботи в школі відповідає вчитель фізичної культури. Понад столітня практика американських шкіл переконливо підтверджує, що спорт позитивно впливає на фізичний, розумовий, емоційний, соціальний і морально-вольовий розвиток особистості.

Джерела та література

1. Виндюк О. В. История развития школьных программ по физическому воспитанию в США. *Педагогика і психологія формування творчої особистості: проблеми і пошуки*: зб. наук. праць Запоріжжя, 2001. Вип. 21. С. 292–295.
2. Гуськов С. И. Физическое воспитание в школах США. Взгляд в прошлое, настоящее и будущее. *Физическая культура в школе*. 1995. № 2. С. 69–73.
3. Гуськов С. И. Физическое воспитание в школах США. Взгляд в прошлое, настоящее и будущее. *Физическая культура в школе*. 1995. № 4. С. 71–75.
4. Данилов Л. Н. Физическое воспитание школьников за рубежом. *Физическая культура в школе*. 2011. № 5. С. 58–64.
5. Мандюк А. Фізичне виховання в системі середньої освіти США. *Спортивний вісник Придніпров'я*: наук.-практ. журн. 2013. С. 210–213.
6. Осадчая Т. Ю., Максименко И. Г. Физическое воспитание школьников в США. Киев. Олимп. лит. 2008. 144 с.

References

1. Vindyuk, O. V. (2001). Istoriya razvitiya shkolnykh programm po fizicheskomu vospitaniyu v SShA. *Pedagoghika i psykholohija formuvannja tvorchoji osobystosti: problemy i poshuky*, 21, 292–295.
2. Guskov, S. I. (1995). Fizicheskoye vospitaniye v shkolakh SShA. Vzglyad v proshloye. nastoyashcheye i budushcheye. *Fizicheskaya kultura v shkole*, 21, 2, 69–73.
3. Guskov, S. I. (1995). Fizicheskoye vospitaniye v shkolakh SShA. Vzglyad v proshloye. nastoyashcheye i budushcheye. *Fizicheskaya kultura v shkole*, 4, 71–75.
4. Danilov, L. N. (2011). Fizicheskoye vospitaniye shkolnikov za rubezhom. *Fizicheskaya kultura v shkole*, 5, 58–64.
5. Mandjuk, A. (2013). Fizychne vykhovannja v systemi serednjoji osvity SShA. *Sportyvnyj Visnyk Prydniprov'ja*, 210–213.
6. Osadchaya, T. Yu., Maksimenko, I. G. (2008). *Fizicheskoye vospitaniye shkolnikov v SShA*. Kyiv: Olimp. lit., 144.

Стаття надійшла до редакції 22.05.2019 р.